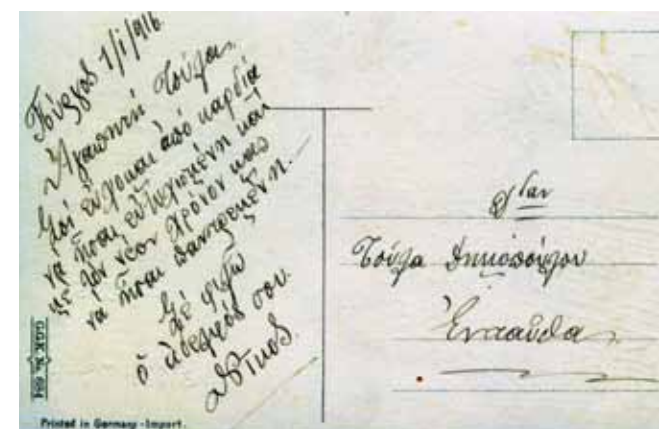


Χρόνια Πολλά με υγεία!

[Γράφει ο **ΕΥΑΓΓΕΛΟΣ Γ. ΣΠΥΡΟΥ**
εκδότης του «Ασφαλιστικού ΝΑΙ»]



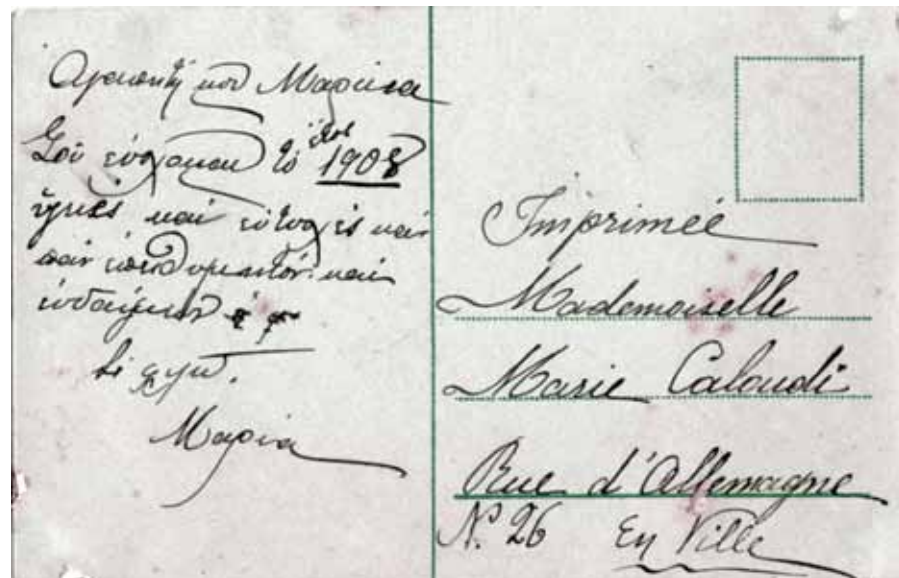
Η καλλίφωνος ελληνική γλώσσα είναι η μόνη που έχει διαφορετικές έννοιες για τη ζωή και τον βίο του ανθρώπου. Βίος είναι η διάρκεια της ζωής του ανθρώπου. Με αλλαγή του τόνου οι Έλληνες εννοούν την περιουσία. Βίος, το βίος, ο πλούτος. Για να γιατρευτεί, ξόδεψε το βίος του, λένε. Ο βίος παντρεύει τον τσουρά, λέει μια παροιμία. Ζωή είναι το να υπάρχει κάποιος, η ιδιότητα του να είναι ζωντανός. Η λέξη βγήκε από το ρήμα ζειν που σημαίνει βράζω, είναι θερμός, ζεστός. Η θερμότητα χαρακτηρίζει τη ζωή και η ψύχρα, το πάγωμα, τον πεθαμένο. «Γλυκιά η ζωή και ο θάνατος μαυρίλα», έγραψε ο Διονύσιος Σολωμός. Η λέξη ζω βγήκε από τον ήχο του βρασμού, που ζέει, βράζει. Ζέον είναι το σκεύος που ζεσταίνεται ο ιερέας το νερό για τη Θεία Κοινωνία που είναι η ζωή των Χριστιανών, Ζέον είναι και το νερό για τη Θεία Κοινωνία. Για να τα βγάλει πέρα ο άνθρωπος χρειάζεται δύναμη και υγεία. Ο βίος είναι λέξη που κρύβει μέσα της τη δύναμη, ις= δύναμη, βία. Οι γερές ίνες φέρνουν ευρωστία. Η υγεία λέγεται και ρώσις από το ρήμα ρώομαι που σημαίνει κινούμαι. Ο αρτιμελής κινείται καλά και όσοι αναρρώνουν μετά από πρόβλημα υγείας εί-



ναι εύρωστοι, δυνατοί.

Στις γιορτές οι Έλληνες εύχονται «Χρόνια Πολλά» και συμπληρώνουν «Με υγεία». Η υγεία ήταν θυγατέρα του Ασκληπιού, θεού της Ιατρικής. «Ηγείται μεν υγεία, κάλλος δε δεύτερον», έγραφε ο Πλάτων. Η ασθένεια είναι η έλλειψη σθένους, δυνάμεως. Αρρώστια είναι η έλλειψη κινήσεως και δυνά-

μεως. Η ανάκτηση δυνάμεως είναι η ανάρρωση. Ο ασθενής δεν έχει δύναμη. Ο άρρωστος δεν έχει ρώσιν, υγείαν. Ο αδύναμος δεν έχει δύναμη να ζήσει τον βίο. Νόσος είναι η κατάσταση που στερείται κάποιος της ορμής. Σεύω = ορμώ. Από κει βγαίνει ο κλινήρης (πάνω στην κλίνη κείται), ο κατάκοιτος (κατά – κείται).



Ο ιατρός είναι αυτός που ιατρεύει (από το *ιάομαι* που σημαίνει *ιατρεύω, θεραπεύω*, που έχει την ίδια ρίζα με το *ισαίνω* = *θερμαίνω, ίσασις, θεραπεία*). Είναι αυτός που κρατά ζωντανό κάποιον (ζωή, ζείω). Γι' αυτό και ιατρός είναι *θεράπων* και *θεραπευτής* επειδή κρατά θερμότητα, ζωντάνια στον άνθρωπο και σύμφωνα με ορφικό ύμνο προς τον Απόλλωνα, του δίνει αναβολή θανάτου, μεγαλώνοντας τη διάρκεια του βίου. Τα φάρμακα φέρνουν θεραπεία αν και ο Ιπποκράτης έλεγε ότι «αγαθόν φάρμακον εστίν ενίστε και το μηδέν προσφέρει» και «ουχ όσιον δε, τους επισταμένους τα φάρμακα μισθού τοις κάμνουσιν βοηθείν αλλά προίκα» (...να βοηθούν δωρεάν). Για να είναι κάποιος υγιής πρότεινε «φαγητό, ποτό, ύπνο, ερωτικές ομιλίες, όλα με μέτρο». Ο Σωκράτης συμβούλευε «να φυλάγεται ο άνθρωπος από

τα φαγητά που τον πείθουν να φάει ενώ δεν πεινάει και τα ποτά που τον καλούν να πει χωρίς να διψά» εάν θέλει να έχει καλή υγεία. Ο Σωκράτης που ρωτήθηκε να πει τι είναι αρρώστια, είπε: *ταραχή του σώματος*. Ο Διοκλής έλεγε πως οι πιο πολλές αρρώστιες γεννιούνται από έλλειψη τάξεως και ρυθμού στη ζωή. Ο Πυθαγόρας για υγεία συνιστούσε μέτρια χρήση του ποτού, του φαγητού και της γυμναστικής, και η δίαιτα να είναι καθαρή και όχι πολυτελής. Ο Πλούταρχος έλεγε ότι *θαρραλέα πρέπει να μαχόμεθα εναντίον των ορέξεων που βγαίνουν από το μέτρο*. Ο Πλάτων ανέφερε ότι «...όλα από την ψυχή πηγάζουν και τα κακά και τα καλά για το σώμα και για όλο τον άνθρωπο και από εκεί συρρέουν όλα στο σώμα... και η ψυχή θεραπεύεται με κάποιες



επωδές». (Κατά Σωκράτη, επωδές είναι οι φιλοσοφικοί λόγοι, η φιλοσοφία, που γεννά στην ψυχή η σωφροσύνη, βάση και προϋπόθεση της σωματικής υγείας). Επωδές είναι οι καλοί λόγοι από τους οποίους γεννάται μέσα στις ψυχές η σωφροσύνη που όταν γεννηθεί στην ψυχή φέρνει εύκολα την υγεία και στην κεφαλή και στο υπόλοιπο σώμα.

Στη χριστιανική θρησκεία, ο Χριστός που αυτές τις ημέρες γιορτάζουμε τη γέννησή Του, πάντα συνέδεε την αρρώστια με την αμαρτία. Όταν γιάτρευε αρρώστους στα διάφορα θαύματα που αναφέρονται στην Αγία Γραφή, τους έλεγε «και μηκέτι αμάρτανε». Μην ξαναπέσεις στην αμαρτία, η οποία είναι αιτία της αρρώστιας σου. Οι αμαρτίες προκαλούν φθορά. «Πρόσεξε», είπε στον παραλυτικό που γιάτρεψε. «Κοίτα τώρα που έγινες υγιής, μην αμαρτάνεις πλέον, για να μη σου συμβεί τίποτα χειρότερο από την ασθένεια που ήταν αποτέλεσμα των αμαρτιών σου» (Ιωαν. 5,14). «Δεν κατηγορώ τη φύση του σώματος, αλλά τη χωρίς μέτρο ασωτία της ψυχής», σχολίασε για το σώμα ο Ιωάννης Χρυσόστομος. Ο Απόστολος Παύλος κάνει συνεχώς αναφορά στο ανθρώπινο σώμα, την ψυχή και το πνεύμα, που αλληλοεπηρεάζονται σχετικά με την υγεία και αρετή. «Η σάρκα επιθυμεί αντίθετα προς το πνεύμα», έγραψε προς τους Γαλάτες (Γαλ. 5,4). «Σεις δεν είσθε πια δούλοι της σάρκας αλλά καθοδηγείσθε από το Πνεύ-



μα», είπε προς Ρωμαίους (Ρωμ. 8,9). Στους Ρωμαίους είπε ακόμα ότι «Όσοι ζουν σύμφωνα με τις επιθυμίες της σάρκας δεν μπορούν να αρέσουν στο Θεό» (Ρωμ. 8,8).

Όταν το σώμα γίνεται ασθενικό αναγκαστικά και η ψυχή συμμετέχει στη βλάβη, λέει ο Ιωάννης ο Χρυσόστομος. Γίνεται όπως συμβαίνει με τις χορδές μουσικών οργάνων όταν είναι άτονοι και ασθενικοί που επηρεάζουν τη μουσική, είναι στενός ο σύνδεσμος ψυχής-σώματος. Έτσι γίνεται αναγκαία η μέριμνα για σώμα και ψυχή. Η υπερβολική φροντίδα του σώματος ζημιώνει τη ψυχή. Η αμμετρία, η λαιμαργία βλάπτουν το σώμα, εάν «πεινά» η ψυχή. Το σώμα πρέπει να υπηρετεί τον Θεό, προτρέπουν οι πατέρες της Εκκλησίας, για είναι υγιής ο άνθρωπος και μαζί με την φροντίδα της ψυχής ως σύνολο να αποτελούν δόξα Θεού.

Αυτές τις εορταστικές ημέρες, των Χριστουγέννων και της Πρωτοχρονιάς, οι ασφαλιστές οφείλουν κυρίως να θυμούνται ότι αυτό το «Χρόνια Πολλά με υγεία», εκτός της ευχής και πνευματικής σημασίας, έχει και υλικό κόστος για να διατηρηθεί. Οι άνθρωποι κάνουν ό,τι μπορούν, αλλά πολλές φορές κάποια δευτερόλεπτα αλλάζουν τη ζωή μετά από ένα ατύχημα ή μια καρδιοπάθεια ή κάποια άλλη αρρώστια. Πρωί πρωί την Πρωτοχρονιά, τελείται εξαιρετικώς η Θεία Λειτουργία του Μεγάλου Βασιλείου που επαναλαμβάνεται μόνον άλλες εννέα φορές τον χρόνο (Κυριακές Μ. Τεσσαρακοστής, Μεγάλη Πέμπτη, Μεγάλο Σάββατο, παραμονή Χριστουγέννων, παραμονή Φώτων) όπου ακούγονται υπέροχες ευχές για πνευματική, σωματική υγεία όλων των ανθρώπων. Να ένα απόσπασμα όπου εύχεται ο ιερέας μετά την Αγία Αναφορά και τον αγιασμό ΤΙΜΙΩΝ ΔΩΡΩΝ, σε σώμα και αίμα Χριστού, ο Θεός να περιλάβει ευσπλαχνικό ενδιαφέρον για τους ανθρώπους που ζουν, αλλά και όσους πέθαναν με ελπίδα αναστάσεως. Να θυμηθεί αυτούς που σπλαχνικά φροντίζουν τις εκκλησίες και τους πιστούς και τους φτωχούς. Να θυμηθεί και αυτούς που λείπουν, και τις συζύγους και τους νέους και τους γέροντες και τους ολιγόψυχους και τους δειλούς, τους οδοιπόρους, και τους πλέοντες ναυτικούς και τους αιχμαλώτους και τα ορφανά. **«Μνήσθητι, Κύριε, του περιεστώτος λαού, και των δι' ευλόγους αιτίας απολειφθέντων, και ελέησον αυτούς και ημάς, κατά το πλήθος του ελέους σου, Τα ταμεία αυτών έμπλησον παντός αγαθού... τα νήπια έκθρεψον, την νεότητα παιδαγωγήσον, το γήρας περικράτησον..., τους πεπλανημένους επανάγαγε... τοις πλέουσι σύμπλευσον, τοις οδοιπορούσι συνόδευσον, κηρών πρόσπηθι, ορφανών υπεράσπισον, αιχμαλώτους ρύσαι, νοσούντας ίασαι. Των εν βήμασι, και μετάλλοις, και εξορίαις, και πικραίς δουλείαις... και περιστάσει όντων, μνημόνευσον (δηλαδή, όσους αδερφούς μας σύρονται από τους διώκτες σε δικαστήρια και σε υπόγεια μεταλλεία και σε εξορίες). Να θυμηθείς, λέει η ευχή, και «των αγαπώντων ημάς**

και των μισούντων... και επί πάντας έκχεον (να μεταδώσεις) το πλούσιόν σου έλεος, πάσι παρέχων τα προς σωτηρίαν αιτήματα... Συ γαρ ει, Κύριε, η βοήθεια των αβοηθήτων, η ελπίς των απηλπισμένων, ο των χειμαζομένων σωτήρ, ο των πλεόντων λιμήν, ο των νοσούντων ιατρός, Αυτός τοις πάσι τα πάντα γενού, ο ειδώς έκαστον, και το αίτημα αυτού, οίκον, και την χρείαν αυτού. (δηλαδή, Εσύ θεραπεύεις κάθε ανάγκη, εσύ που γνωρίζεις τον καθένα και την ανάγκη του). Ρύσαι, Κύριε, (σε παρακαλούμε να διαφυλάξεις) και την πόλιν ταύτην, και πάσαν πόλιν, και χώραν, από λιμού (πεινά), λοιμού (επιδημία), σεισμού, καταποντισμού, πυρός, μαχαίρας (σφαγής), επιδρομής αλλοφύλων, και εμφυλίου πολέμου». Και λίγο παρακάτω αμέσως ο ιερές εκφωνεί: «Επίσκεψαι ημάς εν τη χρηστότητί σου, Κύριε, (σε παρακαλούμε να μας επισκεφθείς εκκύνων τις δωρεές της καλοσύνης σου) επιφάνηθι ημίν εν τοις πλουσίοις σου οικτιρμοίς, ευκράτους και επωφελείς τους αέρας ημίν χάρισαι, όμβρους ειρηνικούς τη γη προς καρποφορίαν δώρησαι. (Βροχές όχι βίαιες και βλαβερές, αλλά καρποφόρους). Ευλόγησον τον στέφανον του ενιαυτού της χρηστότητός σου (δηλαδή, ευλόγησε ολόκληρο τον κύκλο του έτους)». Και η Θεία Κοινωνία, εύχεται ο ιερέας, να γίνει εις ίασιν ψυχής και σώματος (θεραπεία ψυχής και σώματος). Τη φράση «Χρόνια Πολλά» είναι έθιμο να τη λένε οι Έλληνες σε κάθε γιορτή και θα την πούνε κι εφέτος. Παλαιότερα υπήρχε το έθιμο να ανταλλάσσουν κάρτες με ευχές προς τους συγγενείς, φίλους και ξενιτεμένους (ο αδελφός μου ο Πάνος πάντα έστελνε), γεγονός που η σμίκρυνση των αποστάσεων με τα μέσα μεταφοράς (αεροπλάνα, πλοία, τρένα, αυτοκίνητα) το ελάττωσε (εν πολλοίς, το εξαφάνισε η εμφάνιση των κινητών τηλεφώνων και τα μηνύματα που στέλνονται και που ξεπερνούν τα δέκα εκατομμύρια στον τόπο μας). Πέρσι η ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ μάς έστειλε ένα λεύκωμα, βιβλίο αρκετά αξιόλογο των εκδόσεων



POLARIS, όπου ο συγγραφέας Χρήστος Μπουλώτης, έκανε ένα αφιέρωμα στην ιστορία και την τέχνη των ευχετήριων καρτών, του παραδοσιακού αυτού τρόπου επικοινωνίας, που μάλλον άφησε εποχή και κενό τώρα που έχουμε ανάγκη την ανθρώπινη επαφή.

Παραμονές εορτών Χριστουγέννων και Νέου Έτους 2013, εύχομαι σε όλους «Χρόνια Πολλά με υγεία». Οι κάρτες είναι επτά από το προσωπικό μου αρχείο και οι υπόλοιπες από το βιβλίο του Χρήστου Μπουλώτη. Διαβάστε τις ευχές τους και τη φθορά της αξίας τους.

Να είστε όλοι καλά και ο Θεός να ευλογήσει το δικό σας «στέφανον του ενιαυτού 2013».

Ευάγγελος Γ. Σπύρου
Χριστούγεννα 2012